

ВОСПИТАНИЕ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ СОБЛЮДЕНИЮ И ПРОПАГАНДЕ ЗДОРОВОГО ОБРАЗА ЖИЗНИ

Ананьев Д.А.

студент ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Медвецкая Н.М., канд. мед. наук, доцент

В настоящее время выработка у молодежи направления на здоровый образ жизни (ЗОЖ) рассматривается как основа профилактики заболеваний и увеличения ожидаемой средней продолжительности жизни. Вместе с тем, по данным статистики в нашей стране 78% мужчин и 52% женщин ведут нездоровый образ жизни [1].

Одним из актуальных направлений сохранения здорового общества является пропаганда ЗОЖ среди населения. Тем более, формирование ЗОЖ студентов является одним из направлений их профессиональной подготовки.

Цель – проанализировать актуальность формирования современных научных знаний и умений формирования ЗОЖ при обучении студентов факультета физической культуры и спорта специальным дисциплинам и соблюдению ими норм здорового образа жизни.

Материал и методы. Было проведено анонимное анкетирование студентов ВГУ имени П.М. Машерова по наличию у них знаний и умений о понятиях «здоровье и здоровый образ жизни». Из 80 студентов (60 юношей и 20 девушек в возрасте 18–20 лет) 12 кандидатов в мастера и 8 мастеров спорта. Для решения поставленной цели были использованы аналитический метод, проанализированы источники информации по вопросам ЗОЖ.

Результаты и их обсуждение. В результате изучения и анализа источников информации по вопросам ЗОЖ обозначены составляющие здорового образа жизни. Под ними подразумевают воспитание с детства здоровых привычек правильного, рационального питания, соблюдение правил личной гигиены и, главное для будущих спортсменов, стремление к их двигательной активности. Простые процедуры закаливания помогают выработать направление на профилактику и отказ от курения, употребления наркотиков и алкоголя.

В последнее время у современной молодежи отмечена тенденция к неадекватному отношению к возникшим психическим проблемам, проявляющаяся в антисоциальных и даже суицидальных поступках.

Спорт и постоянная занятость студентов на учебных и тренировочных занятиях воспитывают у них такие качества личности как активность, целеустремленность, саморазвитие и усовершенствование при способности узнавать и использовать новую информацию для оптимальных действий в новых обстоятельствах и выработки системы ценностных ориентиров человека [2].

Главными задачами кафедры ТМФК и спортивная медицина и является воспитание у студентов не только необходимости самими соблюдения ЗОЖ, но и обучение студентов к проведению пропаганды ЗОЖ среди населения. Для проведения успешной агитации за эффективность различных методов используются современные средства, обучающие студентов работе в сети Интернет по умению найти и оценить полученную ими информацию, а также самостоятельно подготовить и продемонстрировать мультимедийные презентации.

Проведение студентами факультета физической культуры и спорта научно-исследовательских работ представляет интерес, но, к сожалению, не в полной мере все возможности ими используются. Данный факт они объясняют отсутствием в необходимом количестве свободного от тренировок времени, хотя некоторые признаются в собственном нежелании.

В этой связи на занятиях по учебной дисциплине «Проектная деятельность в информационно-образовательной среде 21 века» студенты обучаются составлению портфолио, которое позволяет учитывать результаты, достигнутые ими в разнообразных видах деятельности: учебной, исследовательской, творческой, практической и отражает практико-ориентированный подход к профессиональному образованию.

В задании нашей анкеты присутствовал вопрос: “Способствуют ли учебные занятия развитию у вас социально-психологических качеств дисциплинированности, организованности, силы воли, ответственности?” – на который все студенты ответили утвердительно, хотя не всегда учебные занятия удовлетворяют интересам.

На основе психолого-педагогического анализа качеств, определяющих и характеризующих личность по В.И. Андрееву [3] студенты факультета физической культуры и спорта выделили следующие десять системообразующих качеств:

- 1) четкость целей и ценностных ориентаций;
- 2) трудолюбие;
- 3) творческое отношение к делу;

- 4) способность к риску;
- 5) независимость;
- 6) способность быть лидером;
- 7) стремление к непрерывному саморазвитию;
- 8) стрессоустойчивость;
- 9) стремление к непрерывному профессиональному росту;
- 10) стремление к высокому качеству конечного продукта своего труда

Нами отмечено, что во время обучения в университете около 25% спортсменов повысили свой квалификационный разряд, но характерно, что наивысшие спортивные достижения у юношей и девушек отмечены еще до поступления в университет, что является ярким примером акселерации в спорте. На вопрос о повышении акмеологических знаний и стремлений по повышению их педагогического мастерства 90% студентов ответили о значимости прохождения практики на учебных базах общеобразовательных школ и оздоровительных лагерей.

Среди опрошенных студентов имеются данные наличия нарушения норм здорового образа жизни. Из данных анкет и многолетних наблюдений за студентами во время свободного время проведения и перерывов привлекают пристальное внимание факты табакокурения.

Так, наша 19ти-летняя студентка, чемпионка Европы в плавании в момент изучения имела вредную привычку табакокурения и другие юноши и даже девушки, особенно на старших курсах, замечены с наличием такого нездорового отношения к своему здоровью, несмотря на существующие запреты в университете и пропаганде отрицательного влияния вредных привычек на здоровье и рост спортивных достижений

Заключение. Специфика деятельности учителя физической культуры заключается в том, что в процессе обучения и воспитания учащихся он решает не только образовательную, но и воспитательную задачу по формированию у молодежи стремлений к усовершенствованию и сохранению своего здоровья и будущих учеников. В данном аспекте одну из решающих ролей играет их здоровый образ жизни.

Литература

1. Тищенко, Е.М. Общественное здоровье и здравоохранение: [Электронный ресурс] / Е.М. Тищенко. – Гродно: ГрГМУ, 2014.
2. Здоровый образ жизни как молодежная проблема: региональные аспекты / Под общ. ред. М. Н. Хурса. – Мн.: НСПН, 2002. – 142 с.
3. Андреев, В.И. Конкурентология: учебный курс для творческого развития конкурентоспособности / В. И. Андреев. – Казань: Центр инновац. технологий, 2004. – 468 с.

СУБКУЛЬТУРА КАК ФОРМА САМОВЫРАЖЕНИЯ В ПОДРОСТКОВОМ ВОЗРАСТЕ

Бойко А.В.

студентка 3 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь

Научный руководитель – Королькова Л.В., ст. преподаватель

За последние годы учёные выражают особую заинтересованность к субкультурам подростков и молодёжи. Это взаимосвязано с тем, что они стали одним из первостепенных факторов стихийного усовершенствования современного общества. Подростковая субкультура утвердила себя как элемент механизма культурных инноваций, обеспечивающих социокультурную преемственность.

Цель исследования – изучить субкультуру, как форму самовыражения подростков.

Материал и методы. Базой исследования было выбрано ГУО «Средняя школа № 46 г. Витебска» с применением метода анкетирования.

Результаты и их обсуждение. У ребёнка, в подростковом возрасте, начинает формироваться принадлежность к социуму. Он определяет свои ценности и принципы. Конечно, все они зависят от окружения, поэтому если подростка не устраивают какие-либо моральные устои, он начинает искать своё особенное место для самовыражения в обществе. Причем принадлежность к субкультуре может стать для молодежи как косвенной, так и полной [1].

Косвенная принадлежность определяется внешним видом. Это может проявляться во внешнем облике: особенной причёске, одежде, пирсинге, цвете волос и обуславливается определённым поведением. Таким образом, подросток выражает свою индивидуальность. Как правило, этот период быстротечен. После него не остаётся значительных последствий.

Иначе обстоит дело с подростками, которые полностью погружаются в субкультуру. Если подросток посвящает субкультуре всё своё свободное время, абсолютно не интересуется происходящим вне группы, увлекается специальной литературой, проявляет определённого рода агрессию ко всему, что не связано с его группой, то данное поведение должно служить сигналом для близких. При полном погружении возникает опасность изменения социальных и моральных ценностей, а порой даже психического и психологического состояния подростка. В данной ситуации последствия могут быть непредсказуемы [2].